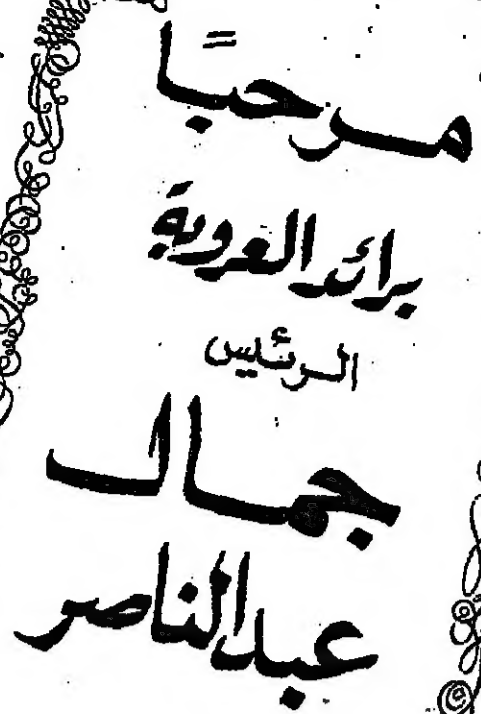
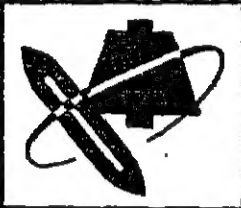


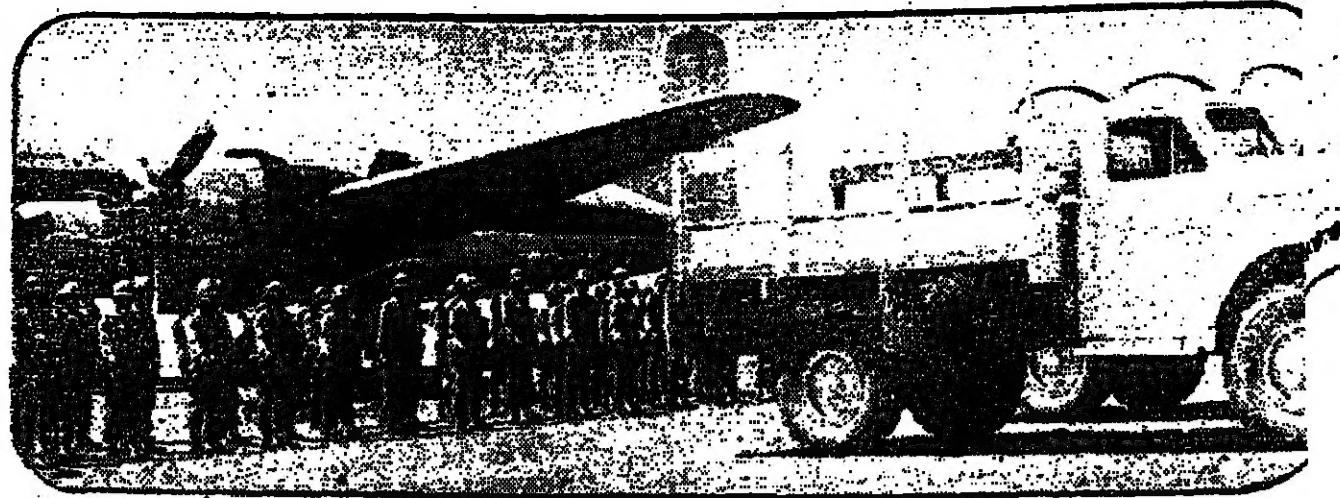
[illegible]



واصدق آيات
التي هي الى الامة
العربية بنجاح مؤتمر
اتفاقية العربي الثالث
الذي أكد النضال من
العربي من اجل
استرداد ارض فلسطين
المسيحية .. للاصحابها



المؤسسة المصرية العامة للغزل والنسيج
وشركاتها



طائرات تحمل المراقبين العرب إلى داخل السعودية
ثم يستقلون السيارات إلى ٤ نقط للمراقبة داخل اليمن

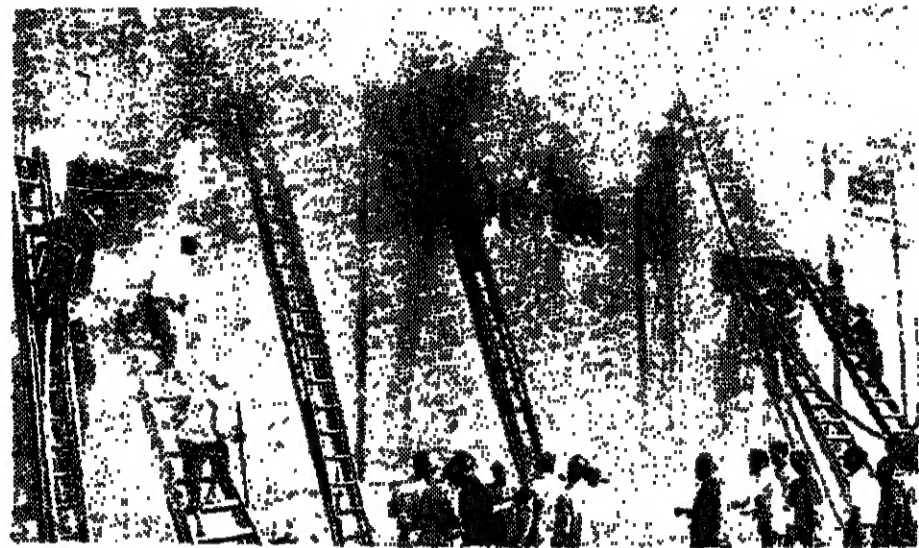
الوصول إلى النقط الأربع من المبال ليمين عملية متفرقة
كميات من الأطعمة في كل نقطة تكفي اسبوعين وتحفظ للطوارئ



تأجيل النظر في

رد قاضي قصر النيل
قررت محكمة الجناح المشانقة
امس تأجيل النظر في طلب رد
قاضي قصر النيل الى جلسة ١٠
اكتوبر القادم . كانت المحكمة
قد نظرت القضية في جلسة
خاصة ولكن محمد جلال مبد
الزروف المدعى بالحق المدني
لم يحضر الجلسة

صنعاء - من مكرم محمد أحمد نقرر ان تكون رئاسة القيدادات الفرعية البقائي ونقد المراقبة على الحدود
بمعية السعودية متولوية بين الجانبين المصري والسعودي لمدة اسبوع .. وبمعاذ الجانب العربي رغبته ان تكون
الدورة الاولى للرئاسة من نصيب الجانب السعودي
كأن قد نقرر من قبل ان تكون الرئاسة تحت السلام الزكية في صنعاء بالتوازي كل شهر .. وكان الجانب المصري قد
خرج أيضا ان تكون الدورة الاولى للجانب السعودي .

[illegible]

حریق یتھم مہمات بہ ۵ آلاں جنیہ

التعلت النيران لعدة فلاك ميعات في مخزن المهمات التابع لشركة الفولاذ الاحلبي
بكرمز ، حاصرت الحريق ٨ سيارات للاطفاء ومنعت امتداده الى بقية اجزاء
المخزن . قدرت الخسائر بـ ٥٠٠٠ جنيهه

وقد استقر الرأي على ان توفر كليات
المؤن والاغذية والبخيرة في كل نقطة
واقبة نكفي افرادها لدة اسبوعين على
الا يزم استعمالها الا في حالة الطوارئ.
فد طلبت اللجنة من قيادات المناطق
وحصص ارض في كل نقطة وقيامه منطقة
ساحل ليهبط طائرات الميجاتيك .

وعلم مندوب الاحرام ان العمل في لجنة
سلام يخلق نجاحا كبيرا وذلك للمشركة
صاعدة بين الجانبين وقد تم تقسيم
شركة المواصلات للسياسة التي تربط
جميع النقل بلجنة السلام المركزية وسنعم
ما علم مندوب ان اللجنة اجريت جدت
خيرا على عدد الافراد الذين كان مقبرا
جودهم في كل نقطة مراقبة بعد ان تبين

ما ان كثر من هذه النقط تقع في امكن
حيدة ولذلك رأت اللجنة زيادة افراد كل
نطة الى ١٢ فردا ورات اللجنة ضرورة
رفع عدد قيادة المنطقة الى ٢٨ فردا بدلا
من ١٧ فردا .



بِقَابِلِ عَامِرَةٍ بِالثِّقَةِ وَالْإِيمَانِ بِاللَّهِ .. وَبِعَقِيدَةٍ
قَوِيَّةٍ بِاتِّصَالِ كَلِمَةِ الْحَقِّ .. وَبِعَزِيمَةٍ صَلْبَةٍ لِتَأْيِيدِ
تَوْحِيدِ قَرَارَاتِ قَادَةِ الْعَرَبِ

بإصدار
البيضاء مؤتمر القمة العربي الثالث

من أجل استرداد أرض فلسطين السليبة
ونهي الأمة العربية بسدرة وصول قائد انتصارنا ورائد عروبتنا
الرئيس جمال عبد الناصر

سود اللم فطاه .. وكلل جهوده بالنجاح



المؤسسة المصرية العامة للتجارة وشركاتها

- | | | | | |
|--------------------------------------|--|--------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|
| ● شركة مصر للتجارة الخارجية | ● شركة النصر للتصدير والاستيراد | ● شركة مصر للاستيراد والتصدير | ● الشركة العربية للتجارة الخارجية | ● الشركة العامة للتجارة الدولية |
| ● الشركة التجارية للاقتصاد | ● شركة مصر لتجارة السيارات | ● الشركة العامة للأعمال الهندسية | ● شركة المحاربي والهندسة | ● شركة مصر للمحازن الهندسية |
| ● الشركة العامة للتجارة والإكسپلويته | ● الشركة التجارية للمضخات | ● شركة النيل للتصدير الحاصل الزراعية | ● شركة الوادي للتصدير الحاصل الزراعية | ● شركة مصر للتصدير الحاصل الزراعية |
| | ● الشركة المصرية العامة لسانن الاصطلاح الزراعي | | | |

هكذا من الأحمال،

الصفحة الأولى

قصة
عبد الحميد السحر
٣٥ قرشا

مكتبة مصر للفنون
١٠٠ شارع
الجمهورية



ولكن
أين نجد
الموظفين ؟



طبعا ..
اعلانات الأهرام
المبوبة
رقم التليفون
٤٦٤٦٠

اصواف بوليتكس
لموسم الشتاء
خبرة ٢٧ عامًا



رجالي
حريمي
بلاطي
تريكو
بطاطين
كل دوق
كل دوق
كل دوق

إنتاج الشركة المصرية لتسويق وجع الصوف
والشعر في مصر العربية للمصنوعات والباطون وفيرا وكافاثيرا وبناريت

الشركة الشرقية للبترول
١٥٥ شارع
محمد شريف

مناقضة بين مقاولي القطاع العام والخاص
لعموم جرد من طريق البونيمية - ابوردين
نصف أحمال وهورودم وساء موافقة
تعلن الشركة بأن موعد فتح الظايف المودل يوم
٢٧ سبتمبر ١٩٦٥ قد أجعل إلى ظهر يوم ١٩ أكتوبر ١٩٦٥
ويمكن الحصول على شروط المناقصة والقياسات
والرسومات الخاصة بهذه العملية بالمصروفات الخاصة إلى
إدارة الهندسة العامة بالشركة ١٥٥ شارع
محمد شريف بالقاهرة مقابل سداد مبلغ خمسة وأربعين
وعلف مقاولي القطاع الخاص أن يرفقوا بطلباتهم
تأميناً استلاماً بدار ١٪ من قيمة العطاء
والشركة التي يقرر أو يقرر أي عطاء دون إبرازها

١٥٥ شارع
محمد شريف

تكليف العاملين بمدارس القاهرة والحيزة بالعمل اليوم - الجمعة - لتسليم الكراسات

سيارات السكة الحديد تنقل الكراسات للمحافظات لتوزيعها على المدارس
رواد القصور يتولون توزيع الكراسات ومراقبة عدم تسربها إلى السوق السوداء

١٤٠ بعثة صحية وعلاجية من أطباء الوحدات للجامعات
اعتاد ٦٢ بعثة أمس وتاجيل ٧٧ للأسبوع القادم

الرئيس يهنئ فيصل
بالعيد القومي للمهربية

بعثة اقتصادية عربية
تقود دول أوربية

بحث أغلب مشروع
قانون الإجراءات الجنائية

سفر القيسوني
من جيف إلى واشنطن

السفر التركي الجديد
يصل إلى القاهرة يوم الثلاثاء

انتخاب يوسف حماد
رئيساً للجنة الأمن البحري

جماعة العشرة المحمية
تعلن طهارة صفوفها من الألوآن

دراسات محلية حول اطلالة الأرقام والتقلب على القمم

الشركة العربية للسفن والسفن

إعلان إلى شركات القطاع العام

السفينة العربية للسفن والسفن

السفينة العربية للسفن والسفن

السفينة العربية للسفن والسفن

السفينة العربية للسفن والسفن

السفينة العربية للسفن والسفن

السفينة العربية للسفن والسفن

عقد الأستاذ السيد يوسف وزير التربية والتعليم

أستاذ محمد علي وكل الوزراء اتخاذ قرارات توزيع الكراسات
على المدارس وتنظيم حركات الطلاب منها تنفيذاً للقرارات التي
أخذت في اجتماع رئيس الوزراء

دعوة جميع مواليد ١٩٤٦ للتقدم لمناطق التجنيد
الحاصلون على مؤهلات هذا العام عليهم إثبات مؤهلاتهم

عيد القوات البرية
بعد ثلاث سنوات البرية مؤتمراً

تجربة سيارة زراعية
في منطقة تلال القطم

الوزراء وأمناء الاتحاد الاشتراكي في ندوات شخصية
يتحدثون عن مؤامرة الإخوان ويدعون على مزاعمهم

تعاليم الإسلام تطبق
على ضوء مطالب العصر

الوزراء وأمناء الاتحاد الاشتراكي في ندوات شخصية
يتحدثون عن مؤامرة الإخوان ويدعون على مزاعمهم

تعاليم الإسلام تطبق
على ضوء مطالب العصر

الوزراء وأمناء الاتحاد الاشتراكي في ندوات شخصية
يتحدثون عن مؤامرة الإخوان ويدعون على مزاعمهم

تعاليم الإسلام تطبق
على ضوء مطالب العصر

الوزراء وأمناء الاتحاد الاشتراكي في ندوات شخصية
يتحدثون عن مؤامرة الإخوان ويدعون على مزاعمهم

تعاليم الإسلام تطبق
على ضوء مطالب العصر

الوزراء وأمناء الاتحاد الاشتراكي في ندوات شخصية
يتحدثون عن مؤامرة الإخوان ويدعون على مزاعمهم

تعاليم الإسلام تطبق
على ضوء مطالب العصر

الوزراء وأمناء الاتحاد الاشتراكي في ندوات شخصية
يتحدثون عن مؤامرة الإخوان ويدعون على مزاعمهم

تعاليم الإسلام تطبق
على ضوء مطالب العصر

الوزراء وأمناء الاتحاد الاشتراكي في ندوات شخصية
يتحدثون عن مؤامرة الإخوان ويدعون على مزاعمهم

تعاليم الإسلام تطبق
على ضوء مطالب العصر

تحدد مواعيد بيع الفرائح البلدي بالجمعات

أعقد السيد جمال البنا رئيس المؤسسة التعاونية بانياتية بانياتية
توزيع الفرائح البلدية المحلية والمخيمية من الجماعات بالتقسيم
الفترة وهي ٧ قرشا للكيلو من الفرائح المحلية و ٤ من المخيمية
ويشترط هذا البرنامج بأن يتم البيع في كل الجماعات بوجوب في السبوع
هذا الاثنين والثلاثاء ١٠ إلى ١٢ أيام الأسبوع يتم التوزيع كما يلي :

الجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

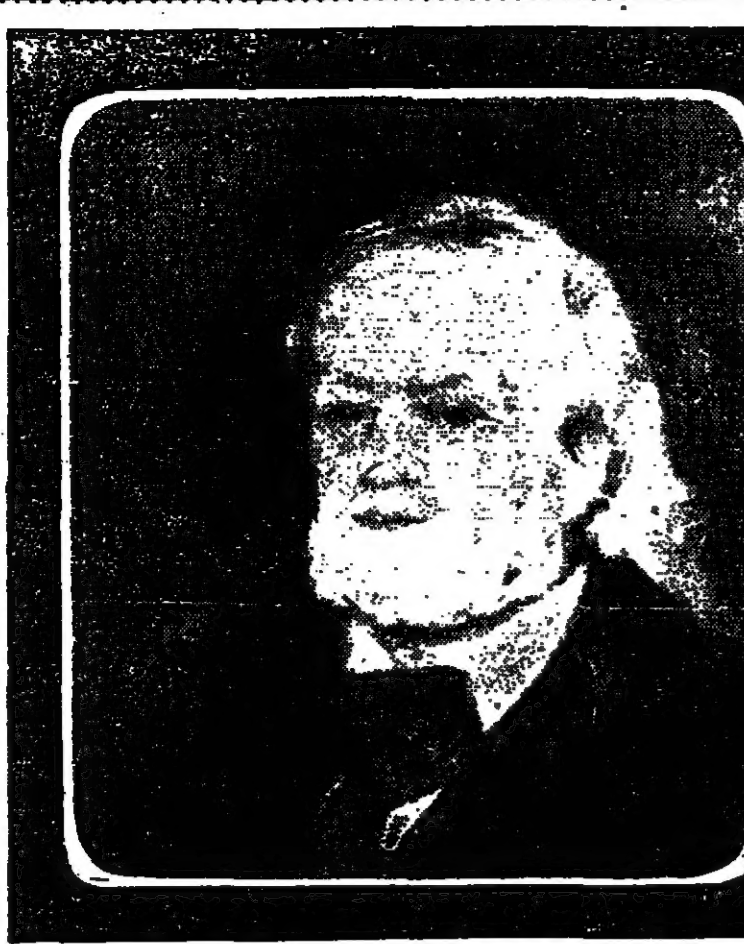
والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

والجمعة - الفرائح جنوب القاهرة - والبسب جنوب القاهرة
والجمعة - الفرائح شرق القاهرة - والخمس لوسط القاهرة والجيزة
والجمعة - الفرائح غرب القاهرة - والبسب غرب القاهرة
والجمعة - الفرائح شمال القاهرة - والبسب شمال القاهرة

عدد الجمعة

ادب وفن

سليما - سليما بالادب المسرحي الكلاسيكي...
حداثة الفنية من حلسية النظرة...
والقراء - وان كان له طابعه الفكري...
فلذا كره سلسيه مسرحيات تروستوي...



ناقد موسيقى ناقد

المحدثين عجز سلسله...
تقد حداثتيك الفن الموسيقي...
اساسي تواتر الفن الموسيقي...
وقد انحصرت في الترفيه لوسماتشفي...

وانتم فاجتر انتم انتم...
وسلته حلسيك حلسيك...
كالكافورية في اوبرا السلسكه...
الشرائطي بوبرج - وهو شخصيه...

الاصلة في هذا العنوان...
هي نطق بالثقافي...
بها السمع الزعاق...
والناقد المعنى هو ادوارد هاتسليك...

كان من حضور الحايه...
الشعر! اوتفه...
واصم سلسه...
واصم سلسه...
واصم سلسه...



مع كتاب في الشعر الروسي

كان اكبر ما يمسح...
لرحلة التانيه...
عيسا بوشكين...
خلصه من ولسه...
واعاته وتزوجه الى...

صدر اليوم



الأردن في المجال العربي والدولي...
عدد خاص من...
٥٢ صفحة - غلاف بالروتوغرافور...
الثمن ٣ قروش...
اطلب نسخك من الباعه في كل مكات...

أخبار الأدب والفن

الجلسه الاعلى لادب الفنون...
في اديب الفنون...
والادب الفنون...
والادب الفنون...

التجريبيون .. جماعة أم تجمع ؟

يقول الدكتور...
في هذا الموضوع...
التجريبيون...
جماعة أم تجمع ؟...



بعد هذه الملاحظات...
ان نقف مع...
فيما...



بعد هذه الملاحظات...
ان نقف مع...
فيما...

اغزى الارهاق لانه يهد جمالك بالزوال

جمال المرأة مهدد بالقول . والسبب هو الحياة المرهقة المثقلة بالمشاغل والمسئوليات ولكن هل تتخذ المرأة عن جوابياتها نحو بيتها وعملها وحياتها العامة من أجل جمالها ؟ إن شيئاً واحداً ضمن لها المحافظة على جمالها دون التضحية على واجب واحد من بينها . هذا الشيء هو الحصول على القدر المأمول من الراحة لأن التعرض للتعيب والإرهاق من أخطر الأخطار السكيفة من الراحة يضر صحة الجسم ، ويضعف من قدرته على مقاومة الأمراض ، ويقلل من الإنتاج ، ويعجل بنبول الشباب والصحية ، ويرسم التلاميذ على وجهه ، ويهدم الجمال .

الضحى هو افضل التمرينات الرياضية

الزوائد الاتفية ، أو اضطراب قوة الإبصار
لذلك يجب زيارة الطبيب لتحديد سبب
هذا النوع من التعب ومعالجته .

العوامل التي تستهلك الطاقة

ان أبسط مبادئ الحصول على ما تحتاجه المرأة من راحة ، ان تحافظ على مقياسك من طاقة وتنشط ، كما يقبل - محمد حامد - الاقتصادي مدير الإنتاج بوزارة الصلب - فعلها ان تجنب العوامل التي تؤدي الى ضياع طاقتها وتنشيطها دون فائدة .

● هم الهدوء . فنلاحظ واحدة من الطليقات نفسها لمدة فثقتين اتداء الاستكثار ستلاط كتره بايسر منها من حركات لاداهي لها . سمعت بشعرها ، وتضع القلم في فمها ، وتك انقبها ، وتعض شفتيها وتغضب على المكتب بوزن رجلها ، وهكذا . ان كل حركة من تلك الحركات

تستفيد مجيئود طعينا . ولان مجيئود
يستطيعون كل هذه الحركات ويمتد في
تأليل .

ان الاحتياط بالحجود قد يمسك طعينا .
ولكنه امر ضروري لتفويط الطلقة . فوجب
ان تراقب المرأة نفسها . اذا لاحظت
تأليلها بحركات غارفة لافادة منها ، وجب
عليها التوقف عن ادائها والتبته الى مهم
تكرارها .

● ضعف القوام : ان القوام الضعيف
يعمل من الموانع التي تستهلك الطاقة
والنشاط وتجعل المرأة تنصب بمرسة

٤ مصادر للإرهاق
هناك أربعة مصادر للتعب والإرهاق تتمثل في المرأة ، نفسها ، غير بسحتها ويؤذي جسدنا والبعض الآخر يليها .
أولا : التعب الجسدي ، وهو تعب مبدئ صحتي . والجسم في حلجة اليه . لأنه يتعب الإجهاد الحويضة ويضعها السبي التسلط ، ويزيد من كفاءتها وقدرتها على التعليل بوظائفها . ولكن إذا تحول هذا اللون من التعب إلى إراقة ، أصبح

[illegible]

وأبما : اللغيب المجهول المصدر ، وهو الذي نشر به دون أن تعرف أسبابه . ويعتبر هذا النوع انذارا بخطر كبير . انه اول مرحلة من مراحل أصابتنا بأعراض كثيرة ، وبعض نواحي الضيق في الجسم كالأسنان الخاسدة أو اللوز المتضخمة ، أو

كان لون شعري بنيًا .
لون الاسود . فلاحظت
ما هو السبب . واهل هناك
نزل

لأنه الصفة هي السبب
فقد يرجع السبب
إلى نفس أو إلى الصف
م. فإذا كان هذا الوجه بالنسبة لك اعني بالتفدية أو بتناول
الصفة للأصابع . وإذا كانت الصفة هي السبب اعني بالتركيبات
في الابداء والقوى . فيحصل أن تعرض الحالة أولا في الطبيب
تستقرت النفس والأبداء اللازمة .
أما طالب في الثالثة عشر من عمره . اعاني من قوس في ساقه
أني تعرضت في استطيع علاج هذا الجيب ؟

الضربات الرابضة لآمال القروس ، وخاصة في هذه السن ، فإذا
تأملت شواهد بدرجة غير محتملة ، فإن العملية الجراحية هي
بحد . أرضي نفسك على إعصائي عظام الفخذ إلى المستشفى
أمر متلهذ الملكية فيها .
في قرية يستعمل دواء الفخيس . ومنه فوائد . فهل استعمله
فخس القرص ؟
مريم عبد الله مختار
أعزى إلى نوع من الادوية التي صادف على الشخص دمنه

يؤدي الى الاسابة بضمفام وانهار مصي في بفس الاحيان
بدلا من ذلك نظاما خاصا في التقدي ، بحيث تمتص من النشويات
و تقلل من كيات الاكل الفضة التي تتناولها ، و تمتص من
لوجبات . مسح ان هذا النظام ان يملك نتيجة سرمة ولكنه
مستك على الاقل .
فوجئت بسبب مكر في بعض اجزاء من شعري دامي ، فهل هناك

يتمتع استعمالها في المنزل بخصي كونه ان كانت التهابات في قرو
تقضيها في الشعر او تلفا للجلد . فاما مفعلة الالابة
مفة صالح
ان المبة غير مضمونة في حالة الحساسية . فسي الانفل ان
ا اذا طامك الطبيب على الموم وركى اهتمامك كله على
دعنيه بالكريات الغذائية الدسة حتى يظل محتفظا بنسبائه

تمرينات للرشفة

التمرين الاول
● الجلوس الطويل - تى الرجل
اليمنى وملأه الرتبة باطراف الاصابع
(٢٠١) فرد الرجل على الأرض (٢٢)
يكرر بالرجل اليسرى .


التحريم الرابع
 ● الركوع مع وضع اليدين على الأرض
 تسمى الرجل اليمنى وعلامة الركعة بالرجل
 (٢٠١) فرد الرجل للخلف مع فرد اليدين
 (٢٠٢) تسمى الركعة وعلامة الركعة مرة أخرى
 (٢٠٣) الرجوع للوضع الركوع الابتداء
 (٢٠٤) يكمل بالرجل اليسرى

التصنيف الأول

التمرين الرابع

المخرجين الثالث

● الجلوس الطويل . تقي الجوع أملياً مع .
ملحة أصابع القدمين بأطراف الأصابع
(٢٠١٥) الاستلقاء على الظهر مع فرداقدامين
خلف الرأس . (٤٠٢) تقي الجوع أملياً
وملحة أصابع القدمين (٦٠٥) الجلوس
الطويل والجوع الوضع الأول (٨٠٧)



التمرين الثاني

● الاستلقاء على الظهر - تم الرأسين على البطن (٢٠) - دفع الرأس وملاحظة الضيق بالرقبتين (٢٠) - خفض الرأس (٢٠) - فرد الذراع (٨٠) .

83 - 83 501

هذا الأسبوع ؟

قول نابت بالحطابم - سجلات منوية -
جوافة -
اللائحة : النطور - بفس مسلق -
جئة - تهور بالين -
الغداء - سكت باني - فرك -
سلطة بابا غنوج - اللبية كيون -
ريوتن اخضر - شاي بالين -
الاربعاء : النطور - قول بغزيرة -
زفون اخضر - شور بالين -
الغداء : سلطة منوية - من فلفلجان
ابني اسود وكسة وفلفل اخضر واسلم
سلطة زبادي فلفل الشور والتماع
- تن -
الخميس : النطور : كوك مع شاي ولين
الغداء : فاصوليا خضراء - لحم
فلفلجان البصل - ارز - سلطنتفرا -
اللبنية اخضر -

الطباخ

سلطة بابا غنوج

القائمة : بانجنتفوس كيرشوية
سلتان كيرتان مشوتان • نصف كيون
طبخية بيضة • ٤ فصوص لوم محقوق
نابما • ٢ ملاق كيرة ظل او لبيون •
قليل من الماء - ملح - كيون - بلمنت
كيرة بخوس مرقى - ٢ ملاق زيت
الطبخية • بقر السجاق الشوروف
والبصل ويغريز نابما او بقتان في البليون
• تخرج الطبخية بافصل او
وتقلي من الماء لفلانة الطبخية •
الزوم والبنتجان والبصل والزيت وبنتز
الصوب والماع والكبون • بقر فمحتفرا
ويجل بالعبية نير.



ماذا نأكل

الجميع : الفطور - فول وجبى طماطم
والخيار والليمون - ربتون اسود
تدور بالبحر
الغداء : ارانب - بلوخية خضر
ارز مخلل بالشمرة - سلطة خضر
باصول
السبت : الفطور : طعمية - جبنة
جبنة - شاي اسود
الغداء : شك - محو طماطم
سلطة خضر - بلح
الاحد : الفطور : سكويتشات بصل
حب الطيب - شاي ولبن
الغداء : كباب حلة - بلوخية خضر
ارز - سلطة زبادى - عنب
الاثنين : الفطور : بليلة قلاين
يتسلط على جبنة - شاي
الغداء : كوكبة سميلة اللث

اختتامی من «الفنادر» ہزار اولی

[illegible]

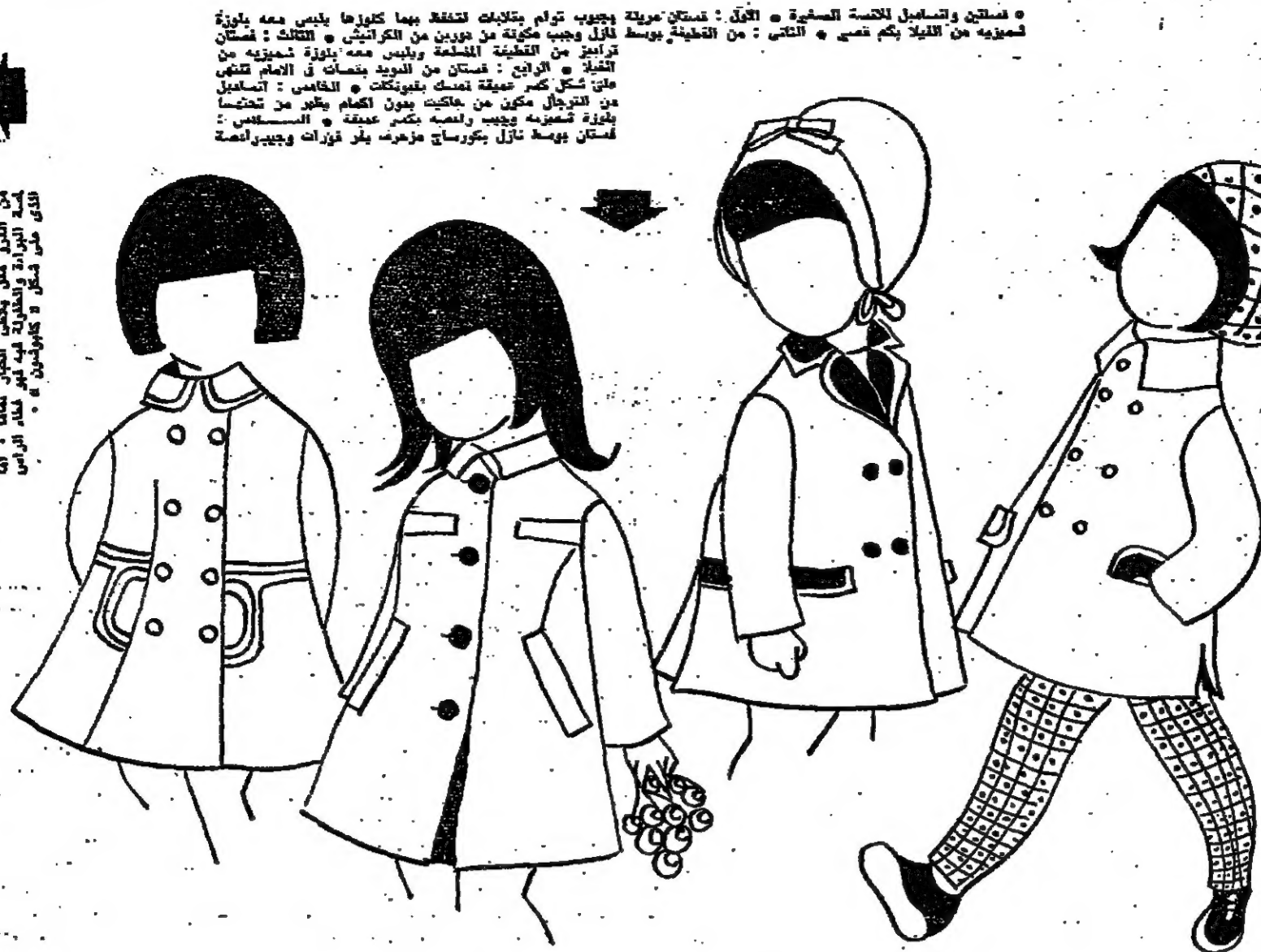
+ غرفة يسريين بدون حمام + غرفة يسريين بحمام * يساق ٧٠ قرشاً للصائون * يساق ٥٠ قرشاً لتكييف الهواء * يساق ١٠٠ قرشاً للصاؤون و ٥٠ قرشاً لتكييف الهواء
 من ٢ إلى ٣ سنوات ٢٠٪ للطلاب من ٧ إلى ١٢ سنة ١٠٪ من سعر البيت لتحويل ابتداء من الليلة السادسة عشرة - دفع اقساسه ربعي و نصف و ثلثه من شخص أو شخصين -
 حدى الخصم، في معظم الفنادق على ما يلي: ٥٠٪ للزوجة والأطفال

واتكو
 يوم الأحد ٢٦ سبتمبر ١٩٦٥
 حيث تقدم الشركة أفضل الأقمشة الصوفية
 والفنية والخزيرية التي تختار برسوماتها الخاصة
 وتطعن الشركة تجهيزاً مع سبائستنا
 الاشتراكية استمرار البيع بالتقسيم على
 ثمانية شهور بأسعار التقدر دون زيادة

١٧ شارع صفية زغلول - بور سعيد ت ٨٠٣٨

أزياء الصغار صورة طبق الأصل من أزياء الكبار.. ولكن روحها بريئة

• فستان وتشميل للفتاة الصغيرة • الأول : فستان مزينة بقلب وتفاصيل بسيطة بها كوارها يلبس معه باقة مزينة من الفلاد بكم تسمى • الثاني : من القطن بوسه قارل وجيب مكنة من دورين من الكرايتش • الثالث : فستان أزياء من القطنية المصنوعة ويلبس معه باقة مزينة من الفلاد • الرابع : فستان من الدويد بخصات في الأمام تسمى فاني شكل كبر عذبة معك بفلوكات • الخامس : تشميلي من التريال مكن من عذبة معك بفلوكات • السادس : تشميلي باقة مزينة بوجوب ونمسة بكم عذبة • السبعين : فستان بوسه قارل بكونساج مزينة بفلاد فترات وجيب نمسة



ان اول شيء تمسكه الطفلة الصغيرة عندما ترتدي فستانها يبدأ هو ان تدور وتلبي به ايام الراء ، بل وقد تصعد فوق كرسي او السرير لكي تسمع لصديقة خواء الخالدة ان تراه جا . ثم نجدها تطلع بفسائل الى الراء ، وتنتظر بقلق حكمها مادل والتزييه . فالراء هي « قاضي القضاة » في دنيا الجمال لائقة ، واحكامها كمن تعزى الاستساق لاجلها مخلصه كل خلاص وصافقة كل الصق ، تجعل تسميها الحاملة والتفاني لخداع . والطفلة بميلها الانثوية تدرك هذه الحقيقة . وبعد فتمتص الصغرة على نفسها وتتكلم من انقائها وجعلها تترك راء . والآن من جهات تخطر على بالها وبداخل فستانها جديد ، وتفتح رشها بقلعة ، تباهي بقلعتها وجمالها ، بل مفسدا في الراء كل شعور تشكك في جانيها ، نجدها تخت في أثناء مشيها بين الحين لحن ، وتنتظر ايامها وحاولها بحث في عيون الصغار مثلها لكي ايضا عن اثر التمسكس دورها في راء عيونهم . بل واكثر من هذا فان الطفلة صغيرة جدا التي تبتعد عنها في السنين ، عندما تبكي لجا ايضا بعض الاحيان الى الراء ، بلين على جمال وجهها وهو راق في بحر من الدموع . تباهي ما يعمل الكبار ، مع فرق ان راء عندما تنظر الى صورتيها ان الراء وهي تبكي تريد ان تبكي على ان « قاضيها الجمال » من ملكها وجهها من لارييل ردة وكريم وقتل والحسين ودالم تجرله سيول الدموع ما الصغرة لا تقصد الا التمسك اذا كان جمالها البري لم ان بالدموع التشطانية ملان

الاستقلالية

عند شراء كسوة الشتاء لابنتك احترمي تطلعاتها



او المرحل الذي اخفقه هي نفسها فاعلم ان تشتر «الراء» - التريستور او «الراء» - مقلدة الصغرة واشترت نفسها ماسوف تزييه وسود تشكك ابنتك على هذا الوقت الراعي والكريم نجدها بل وسوف تفتن حنظل كل نسلحك وروح طيبة . فقد علمتها كسوة كيرة ولم تستد على حوتها . ومكلا سوي تجيبين الكثير من المتحاب بل وسود توطد سلك بيلتك بحيث تذهبها وتصلح المتحاب لراياها .

■ عند شرائها او يولفر او جيب لخصي على ان يكون الذي يفسدك بقليل من بلس ابنتك . فاعلمتها كلها نسلحك وجيبية ، انها لتك من الحركة كلها واحدة انها تجرى وتقف وتضرب طوال النهار . ولذلك يجب ان تشتر الصغرة وهي بدائل الفستان انها حرة ونسلحك لتتوجد تشكك شعبة تموج حركاتها رايها واخرها يفتن وسفها ويوق سمران الذي جيبا . ولا تفتن ايضا ان تبة ذيل الفستان يجب ان تكون مريحة حتى لا تضرب الى الفستان من فستان ابنتك بعد علم متدنا طرول البيت .

■ الطفلة التي يتراوح عمرها بين سنتين و ستوات لابد من وجود جيب في كل زي لها . لان الطفلة في هذه السن تميل الى جمع كل شيء يتبعها .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

لديها و معك في كل شيء . فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

الطفلة اليوم لم تعد كطفلة اليس والراء - التريستور او «الراء» - مقلدة الصغرة . فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

الطفلة اليوم لم تعد كطفلة اليس والراء - التريستور او «الراء» - مقلدة الصغرة . فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

■ فاعلم ان يلبس بلبسها بلبسها من بلي وطوبول ولويس .

الشباب لشفتيك...! الانشاج الجديد احمر شفاه كارفن

Habillez vos lèvres jeune carven

باريس

براع في جميع محلات الكاري

الشباب لشفتيك...! الانشاج الجديد احمر شفاه كارفن

Habillez vos lèvres jeune carven

باريس

براع في جميع محلات الكاري

الشباب لشفتيك...! الانشاج الجديد احمر شفاه كارفن

Habillez vos lèvres jeune carven

باريس

براع في جميع محلات الكاري

الشباب لشفتيك...! الانشاج الجديد احمر شفاه كارفن

Habillez vos lèvres jeune carven

باريس

براع في جميع محلات الكاري

الشباب لشفتيك...! الانشاج الجديد احمر شفاه كارفن

Habillez vos lèvres jeune carven

باريس

براع في جميع محلات الكاري

